

4,90
€



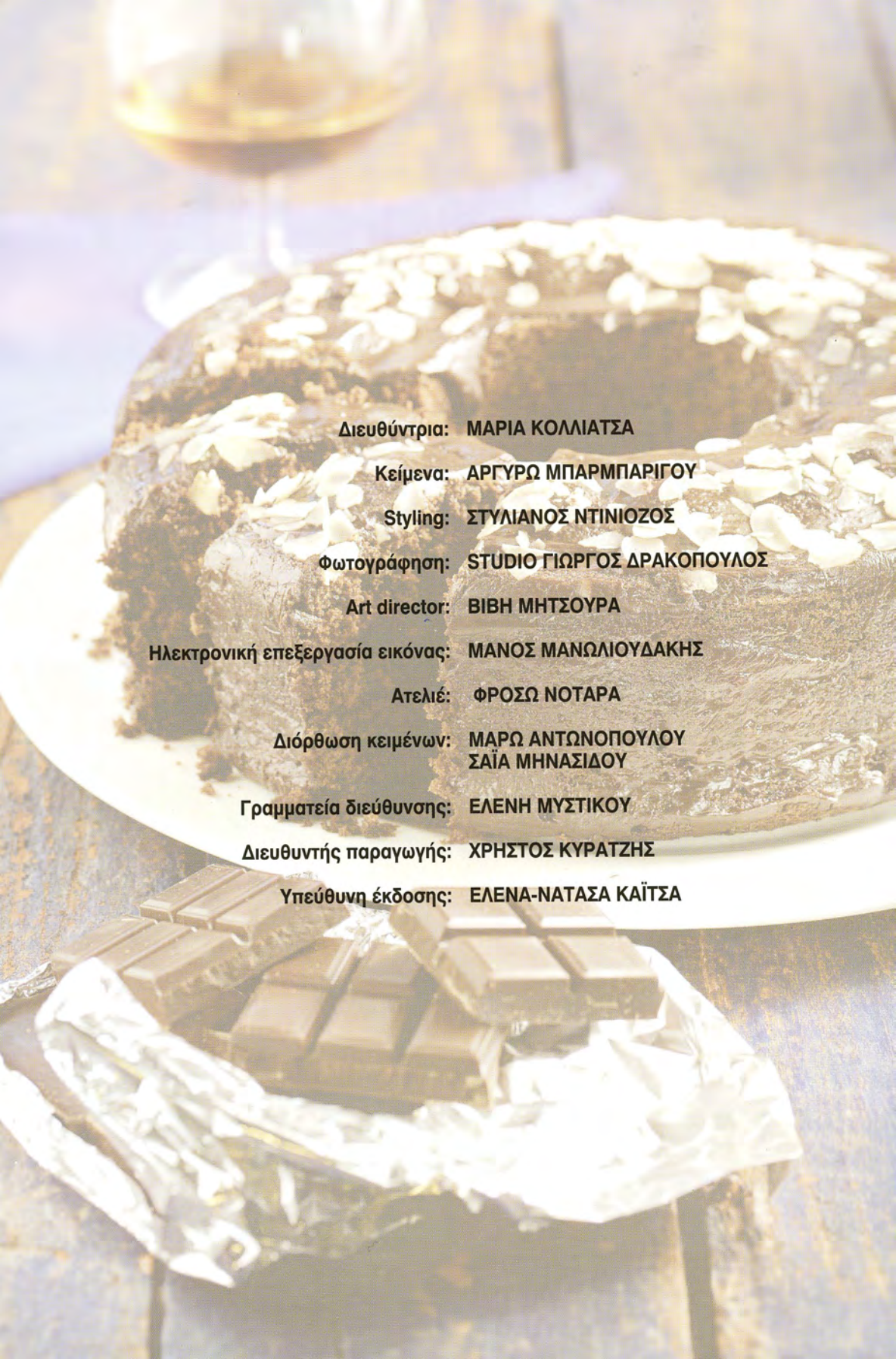
ΑΡΓΥΡΩ
ΜΠΑΡΜΠΑΡΙΓΟΥ

Οι συνταγές μου εμπιλοτευτικά



Κέικ

7 ΜΕΡΕΣ
TV



Διευθύντρια: ΜΑΡΙΑ ΚΟΛΛΙΑΤΣΑ

Κείμενα: ΑΡΓΥΡΩ ΜΠΑΡΜΠΑΡΙΓΟΥ

Styling: ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ ΝΤΙΝΙΟΖΟΣ

Φωτογράφιση: STUDIO ΓΙΩΡΓΟΣ ΔΡΑΚΟΠΟΥΛΟΣ

Art director: ΒΙΒΗ ΜΗΤΣΟΥΡΑ

Ηλεκτρονική επεξεργασία εικόνας: ΜΑΝΟΣ ΜΑΝΩΛΙΟΥΔΑΚΗΣ

Ατελιέ: ΦΡΟΣΩ ΝΟΤΑΡΑ

Διόρθωση κειμένων: ΜΑΡΩ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ
ΣΑΪΑ ΜΗΝΑΣΙΔΟΥ

Γραμματεία διεύθυνσης: ΕΛΕΝΗ ΜΥΣΤΙΚΟΥ

Διευθυντής παραγωγής: ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΥΡΑΤΖΗΣ

Υπεύθυνη έκδοσης: ΕΛΕΝΑ-ΝΑΤΑΣΑ ΚΑΪΤΣΑ

Κέικ

Γενικές οδηγίες

Σ' αυτό το τεύχος σάς παραθέτω εύκολες, γρήγορες και πεντανόστιμες συνταγές για κέικ που θα ενθουσιάσουν μικρούς και μεγάλους. Απολαύστε τα!

Τα κέικ είναι από τα πιο αγαπημένα γλυκά τόσο των παιδιών όσο και των μεγάλων. Επιπλέον, γίνονται εύκολα, γρήγορα και με υλικά που συνήθως βρίσκονται σε κάθε σπίτι. Το σπουδαιότερο είναι ότι τρώγονται κάθε ώρα και στιγμή! Απολαύστε τα λοιπόν με το πρωινό σας, σερβίρετέ τα με τον απογευματινό καφέ ή το τσάι στους καλεσμένους σας, δώστε στα παιδιά να πάρουν μαζί τους στο σχολείο. Άλλωστε, τι καλύτερο από το σπιτικό κέικ; Επίσης, ένα κέικ με ιδιαίτερη συνταγή, π.χ. με γλάσο, σας ή σερβιρισμένο με παγωτό, μπορείτε κάλλιστα να το παρουσιάσετε σε ένα γιορτινό τραπέζι. Σας δίνω λοιπόν μερικές συμβουλές για σίγουρη επιτυχία.

Όλα τα υλικά που θα χρησιμοποιηθούν σε ένα κέικ πρέπει να είναι σε θερμοκρασία δωματίου.

Το αλεύρι και τα διογκωτικά (μπέικιν πάουντερ, σόδα) πρέπει να είναι κοσκινισμένα, αν γίνεται και δύο φορές, για να έχουμε πιο αφράτο αποτέλεσμα.

Για όποια συνταγή ζητάει ξύσμα λεμονιού, πορτοκαλιού κ.λπ. πρέπει να φροντίσουμε να μην είναι κερωμένα τα φρούτα (τα βουτάνε σε παραφίνη) γιατί βλάπτει.

Φροντίζουμε, εάν δεν έχουμε πολλά μεγέθη φόρμας, η ζύμη του κέικ να καλύπτει τα 3/4 του σκεύους. Μπορούμε, αν θέλουμε, να χρησιμοποιήσουμε και ταψάκια.

Πάντα σιμιζάρουμε (δηλαδή βουτυρώνουμε και αλευρώνουμε πολύ καλά το σκεύος στο οποίο θα ψήσουμε) και όπου, σας το τονίζω, καλό θα ήταν να χρησιμοποιείτε και λαδόκολλα στη βάση (γιατί κάποια από αυτά ξεφορμάρονται πιο δύσκολα).

Διατηρούμε τα κέικ για 3-4 ημέρες σκεπασμένα εκτός ψυγείου, εκτός εάν έχουν κάποια κρέμα, οπότε τα συντηρούμε καλυμμένα στο ψυγείο.

Πρέπει να χρησιμοποιούμε άριστη πρώτη ύλη για τέλειο αποτέλεσμα.

Αρχυρώ



Από την
Αρχυρώ Μπαρμπαρίγου

Μικρές συμβουλές για τέλειο ψήσιμο

Σε γενικές γραμμές να θυμάστε ότι:

■ Ο φούρνος πρέπει να είναι καλά προθερμασμένος. Ξεκινάμε ανάβοντας το φούρνο ώστε να ζεσταθεί καλά και έπειτα μετράμε τα υλικά.

■ Από την εμπειρία μου από τα τόσα κέικ που έχω ψήσει, πιστεύω ότι το πιο σωστό ψήσιμο γίνεται στις αντιστάσεις, στην τελευταία σχάρα του φούρνου, γύρω στους 170°C. Συνήθως στον αέρα ψήνω μόνο τα ατομικά κεκάκια, επειδή είναι μικρή η ποσότητα.

■ Δεν ανοιγοκλείνουμε την πόρτα του φούρνου αν δεν περάσει το πρώτο μισάωρο γιατί θα «καθίσει», δεν θα φουσκώσει, το κέικ.

■ Ένα κέικ είναι ψημένο όταν ξεκολλάει από τα τοιχώματα, έχει ροδίσει και μπήγοντας ένα μαχαίρι στο κέντρο, αυτό βγαίνει στεγνό.

■ Αφού ψηθεί το κέικ, το αφήνουμε να σταθεί 5'-10' στη φόρμα και έπειτα το ξεφορμάρουμε πάνω σε σχάρα ώστε να μη νοτίσει και να κρυώσει ομοιόμορφα.



Νηστίσιμο κέικ πορτοκαλίου των 5'

Το κέικ της Αλεξάνδρας. Η φίλη μου η Άλεξ, ομογενής από την Αυστραλία, έφερε μαζί της αυτήν τη συνταγή, καθώς και πολλές άλλες ωραίες συνταγές. Στα 18 πολύτιμα χρόνια της φιλίας μας, το έχουμε φάει άπειρες φορές τα απογεύματα, αναλύοντας την καθημερινότητα και τις ανησυχίες μας.

ΥΛΙΚΑ

- 1 1/2 φλ. τσαγιού αλεύρι μαλακό κοσκινισμένο
- 1 πρέζα αλάτι
- 1 κ.γλ. σόδα μαγειρικής
- 3/4 φλ. τσαγιού ζάχαρη
- 1 φλ. τσαγιού φρεσκοστυμμένο χυμό πορτοκάλι
- 1/3 φλ. τσαγιού σπορέλαιο
- ξύσμα από 1 μεγάλο πορτοκάλι
- 1 κ.σ. λευκό ξίδι
- 1 βανίλια



ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε ένα μεγάλο μπολ τοποθετούμε το κοσκινισμένο αλεύρι, τη σόδα και το αλάτι. Τ' ανακατεύουμε με κουτάλι. Σε άλλο μπολ βάζουμε τη ζάχαρη, το χυμό πορτοκαλιού, το σπορέλαιο, το ξύσμα πορτοκαλιού, το ξίδι και τη βανίλια. Τα χτυπάμε με το σύρμα 2'-3', να διαλυθεί η ζάχαρη. Προσθέτουμε το μείγμα των υγρών στο μπολ με το αλεύρι και ανακατεύουμε με το σύρμα μέχρι

να ομογενοποιηθεί το μείγμα, για 2'-3'. Λαδώνουμε πολύ καλά μία μικρή μακρόστενη φόρμα και στρώνουμε λαδόκολλα στη βάση (γιατί ξεφορμάρεται δύσκολα). Αδειάζουμε το μείγμα. Ψήνουμε στους 170°C, σε καλά προθερμασμένο φούρνο, στις αντιστάσεις, για 40', έως ότου μπήγοντας το μαχαίρι στο κέντρο της φόρμας αυτό να βγαίνει πεντακάθαρο.



Πανεύκοηο κέικ κακάο με γλάσο σοκολάτας

Ίσως το πιο εύκολο και το πιο νόστιμο κέικ κακάο που έχετε φτιάξει ποτέ. Δεν υπάρχει περίπτωση να μείνει ψίχουλο απ' αυτό. Απλά, τέλειο!

ΥΛΙΚΑ

- 1 φλ. τσαγιού βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου
- 2 φλ. τσαγιού ζάχαρη
- 6 αυγά
- 1/2 φλ. τσαγιού φρέσκο γάλα
- 2 βανίλιες
- 1 φλ. τσαγιού κακάο (άγλυκο)
- 2 φλ. τσαγιού αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
- 1 πρέζα αλάτι

Για το γλάσο

- 100 γραμμ. κουβερτούρα (ή σταγόνες σοκολάτας)
- 1/2 φλ. τσαγιού κρέμα γάλακτος



ΜΕΡΙΔΕΣ
10

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
5'

ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
55'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Κοσκινίζουμε σε ψιλή σήτα (κόσκινο) όλα τα στερεά υλικά, βανίλιες, κακάο, αλεύρι, αλάτι, μέσα στον κάδο του μίξερ. Προσθέτουμε όλα τα υπόλοιπα υλικά: βούτυρο, ζάχαρη, αυγά, γάλα. Σε χαμηλή ταχύτητα χτυπάμε τα υλικά για 2' έως ότου ενωθούν σε μείγμα. Δυναμώνουμε το μίξερ και χτυπάμε στην πιο δυνατή ταχύτητα για 4'. Βουτυρώνουμε και αλευρώνουμε μία στρογγυλή φόρμα για κέικ. Αδειάζουμε το μείγμα και ψήνουμε το κέικ κακάο στις αντιστάσεις, στην τελευταία σχάρα, στους 180°C για 50'-55', μέχρι να φουσκώσει και να ξεκολλάει από τα τοι-

χώματα. Αφήνουμε το κέικ, αφού ψηθεί, για 10' στη φόρμα. Το ξεφορμάρουμε σε σχάρα να κρυώσει καλά

Για το γλάσο: Κομματιάζουμε τη σοκολάτα και τη βάζουμε σε κατσαρόλα. Προσθέτουμε την κρέμα γάλακτος. Σε πολύ χαμηλή φωτιά αφήνουμε να λιώσει και να ομογενοποιηθεί το γλάσο, ανακατεύοντας πότε πότε. Αφήνουμε λίγο το γλάσο να κρυώσει. Αφού τοποθετήσουμε το κέικ σε πιατέλα, το περιχύνουμε με το γλάσο του. Αν θέλουμε, πασπαλίζουμε αμύγδαλο φιλέ για γαρνίρισμα.



Δίχρωμο κέικ της μανούλας

Από τον τίτλο και μόνον καταλαβαίνετε ότι η μανούλα μου μ' αυτό με μεγάλωσε. Θυμάμαι πάντα, ακόμα και σήμερα, ότι το σπίτι μοσχομύριζε απ' αυτό το κέικ. Απλό, καθημερινό, πεντανόστιμο και απολαυστικό!

ΥΛΙΚΑ

- 1 φλ. τσαγιού βούτυρο
- 1 φλ. τσαγιού ζάχαρη
- 5 αυγά
- 1 βανίλια
- 1 πρέζα αλάτι
- 2 φλ. τσαγιού κοσκινισμένο αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
- 4 κ.σ. κακάο άγλυκο
- 6 κ.σ. γάλα



ΚΟΜΜΑΤΙΑ
10
ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
5'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
1 ΩΡΑ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Χτυπάμε για λίγα λεπτά το βούτυρο με τη ζάχαρη, να αφρατέψει. Ρίχνουμε ένα ένα τα αυγά, να τα αφομοιώνει το μείγμα. Προσθέτουμε τη βανίλια, το αλάτι και λίγο λίγο το κοσκινισμένο αλεύρι. Βουτυρώνουμε πολύ καλά και αλευρώνουμε μία φόρμα για κέικ. Αδειάζουμε μέσα το μισό μείγμα. Ζεσταίνουμε λίγο το γάλα και διαλύουμε το κακάο. Ρίχνουμε το διαλυμένο κακάο

στο μείγμα του κέικ που κρατήσαμε. Το ανακατεύουμε με κουτάλι, να πάει παντού και να γίνει σκούρο. Κουταλιά κουταλιά το αδειάζουμε στη φόρμα όλο και κάνοντας σχέδια με το κουτάλι μπλέκουμε το σκούρο με το ανοιχτόχρωμο μείγμα. Ισιώνουμε την επιφάνεια, ψήνουμε στους 175°C σε καλά προθερμασμένο φούρνο για περίπου 1 ώρα.



Κέικ κακάο με καρότο και κρέμα σοκολάτας

Φανταστικό κέικ κακάο με καρότο και κρέμα σοκολάτας. Πλούσια γεύση και απίθανη ιδέα για κέρασμα στον απογευματινό καφέ.

ΥΛΙΚΑ

- 5 αυγά
- 150 γραμμ. ζάχαρη
- 200 γραμμ. αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
- 50 γραμμ. κακάο (άγλυκο)
- ξύσμα από 1 πορτοκάλι
- 2 μέτρια καρότα ψιλοτριμμένα και στραγγισμένα καλά
- 1/2 φλ. τσαγιού καρύδια ψιλοκομμένα
- 3 κ.σ. σπορέλαιο

Για την κρέμα σοκολάτας

- 350 γραμμ. τυρί κρέμα με χαμηλά λιπαρά σε θερμοκρασία δωματίου
- 250 γραμμ. άχνη ζάχαρη
- 180 γραμμ. σοκολάτα λιωμένη



ΚΟΜΜΑΤΙΑ
8
ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
20'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
45'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Τοποθετούμε σε πυρίμαχο μπολ τα αυγά με τη ζάχαρη πάνω σε μια κατσαρόλα με νερό που σιγοβράζει (μπενμαρί). Με το μίξερ χειρός χτυπάμε τα αυγά με τη ζάχαρη για λίγα λεπτά έως ότου πυκνώσει και κρεμώσει καλά το μείγμα και κάνει απαλές κορυφές. Αποσύρουμε από τη φωτιά. Κοσκινίζουμε μέσα στα αυγά το αλεύρι και το κακάο. Με σπάτουλα διπλώνουμε απαλά το μείγμα μέχρι να μη φαίνεται το αλεύρι. Τέλος προσθέτουμε το ξύσμα, τα καρότα (τα έχουμε στύψει καλά να φύγουν τα υγρά τους), το σπορέλαιο και τα καρύδια. Διπλώνουμε απαλά το μείγμα με σπάτουλα, να ομογενοποιηθεί. Λαδώνουμε μία φόρμα δαχτυλίδι 20 εκ. και

στρώνουμε λαδόκολλα στη βάση. Αδειάζουμε το μείγμα. Ψήνουμε σε καλά προθερμασμένο φούρνο στους 180°C στις αντιστάσεις, στην τελευταία σχάρα, για 45'. Αφήνουμε λίγο να κρυώσει και ξεφορμάρουμε. Χτυπάμε στο μίξερ το τυρί κρέμα με τη ζάχαρη μέχρι να κρεμώσουν. Προσθέτουμε τη λιωμένη (όχι ζεστή) σοκολάτα στο μείγμα και με σπάτουλα ανακατεύουμε να ομογενοποιηθεί η κρέμα. Χωρίζουμε το κέικ οριζόντια, γεμίζουμε με το 1/3 της κρέμας σοκολάτας και καλύπτουμε (σαν σάντουιτς) με το άλλο κομμάτι του κέικ. Απλώνουμε την υπόλοιπη κρέμα σοκολάτας γύρω και πάνω στο κέικ.



Πανεύκοηο κέικ πορτοκάηι

Απλό, πεντανόστιμο κέικ για καθημερινές απολαύσεις στο πρωινό, στη δουλειά, στον απογευματινό καφέ.

ΥΛΙΚΑ

- 140 γραμμ. βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου
 - 225 γραμμ. κοσκινισμένο αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
 - 1 1/2 κ.γλ. μπέικιν πάουντερ
 - 225 γραμμ. καστανή ζάχαρη
 - 3 μεγάλα αυγά
 - 1 κεσεδάκι γιαούρτι με χαμηλά λιπαρά
 - ξύσμα από 1 ακέρωτο πορτοκάλι
 - 1 πρέζα αλάτι
-
- 3 κ.σ. χυμό πορτοκάλι
 - 50 γραμμ. καστανή ζάχαρη
 - 50 γραμμ. λιωμένη σοκολάτα



ΚΟΜΜΑΤΙΑ
10
ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
10'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
50'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Τοποθετούμε όλα τα υλικά του κέικ στον κάδο του μίξερ: βούτυρο, αλεύρι, μπέικιν, ζάχαρη, αυγά, γιαούρτι, ξύσμα και αλάτι. Τα χτυπάμε όλα μαζί για 5' μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα. Βουτυρώνουμε μια μακρόστενη μικρή φόρμα για κέικ και τη στρώνουμε με λαδόκολλα. Αδειάζουμε το μείγμα και ισιώνουμε την επιφάνεια με την ανάποδη ενός κουταλιού. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C στις αντιστάσεις, στην τελευταία σχάρα, για

περίπου 50', μέχρι να ροδίσει. Στο μεταξύ, σε μικρό τηγάνι ζεσταίνουμε το χυμό πορτοκάλι και διαλύουμε μέσα τη ζάχαρη ανακατεύοντας. Μόλις ψηθεί το κέικ το περιχύνουμε με το σιρόπι, μ' ένα κουτάλι, το αφήνουμε στη φόρμα έως ότου κρυώσει, το ξεφορμάρουμε και το βάζουμε σε πιατέλα. Με τη λιωμένη σοκολάτα κάνουμε κάθετες γραμμές πάνω του. Αφήνουμε να στερεοποιηθεί η σοκολάτα και έπειτα το κόβουμε σε κομμάτια.



Το κέικ του πρέσβη που μας κακομαθαίνει

Δεν είναι από τα κέικ που φουσκώνουν πολύ, αλλά είναι από αυτά που θα θυμάστε για πολύ καιρό. Ο συνδυασμός φουντούκι – σοκολάτα είναι από τους πιο ακαταμάχητους!

ΥΛΙΚΑ

- 175 γραμμ. βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου
- 175 γραμμ. καστανή ζάχαρη
- 3 μεγάλα αυγά
- 225 γραμμ. αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
- 1 κ.γλ. μπέικιν πάουντερ
- 2 κ.γλ. κοφτά κανέλα
- 6 κ.γλ. ξινόγαλα (ή φρέσκο γάλα)
- 4 κ.σ. γεμάτες πραλίνα φουντουκιού
- 6 σοκολατάκια του πρέσβη (αυτά που μας κακομαθαίνουν!)
- 50 γραμμ. φουντούκια χοντροκομμένα



ΚΟΜΜΑΤΙΑ
10

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

10'

ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

1 ΩΡΑ & 10'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μπολ ανάδευσης τοποθετούμε το βούτυρο, τη ζάχαρη, τα αυγά, το αλεύρι, κοσκινισμένο με το μπέικιν πάουντερ, την κανέλα και το ξινόγαλα. Με μίξερ χειρός τα χτυπάμε για 3'-4', μέχρι να ενωθούν τα υλικά και να ομογενοποιηθεί το μείγμα. Βουτυρώνουμε μία φόρμα δαχτυλίδι 20 εκ. και στρώνουμε λαδόκολλα στη βάση. Αδειάζουμε τα 3/4 του κέικ και ισιώνουμε την επιφάνεια με το κουτάλι. Αφήνουμε επάνω τις 4 κ.σ. πραλίνα φουντουκιού. Κόβουμε με μαχαίρι στη μέση τα σο-

κολατάκια και τα στρώνουμε γύρω γύρω. Καλύπτουμε με το υπόλοιπο μείγμα κέικ και ισιώνουμε την επιφάνεια. Πασπαλίζουμε με τα φουντούκια. Ψήνουμε στους 175°C στις αντιστάσεις, στην τελευταία σχάρα, σε καλά προθερμασμένο φούρνο περίπου 1 ώρα και 10'. Αν αρχίσει να ροδίζει γρήγορα από πάνω, καλύπτουμε με αλουμινόχαρτο. Αφού ψηθεί, το αφήνουμε 10' στη φόρμα και έπειτα ξεφορμάρουμε με προσοχή. Αφαιρούμε τη λαδόκολλα και κόβουμε σε φέτες.



Το φανταστικό κέικ της Ιωάννας

Η φίλη μου η Ιωάννα με φιλοξένησε στο Λονδίνο όταν σπούδαζα σε φημισμένη σχολή μαγειρικής. Η ίδια ζούσε 15 χρόνια εκεί και εργαζόταν στο BBC. Όταν πρωτόφαγα αυτό το κέικ αναστέναξα. Ελπίζω να σας συμβεί το ίδιο.

ΥΛΙΚΑ

- 130 γραμμ. βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου
- 370 γραμμ. μαύρη ή καστανή ζάχαρη
- 3 αυγά χτυπημένα ελαφρά
- 450 γραμμ. αλεύρι
- 2 κ.γλ. μπέικιν πάουντερ
- 1 κ.γλ. σόδα μαγειρικής
- 350 γραμμ. χουρμάδες
- 350 γραμμ. νερό

Για την καραμέλα γάλακτος

- 640 ml κρέμα γάλακτος
- 340 γραμμ. ζάχαρη
- 130 γραμμ. γλυκόζη
- 130 γραμμ. βούτυρο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μία κατσαρόλα σιγοβράζουμε τους χουρμάδες με το νερό για 10'-15', μέχρι να μαλακώσουν και σχεδόν να απορροφήσουν όλο το υγρό τους. Τους πολτοποιούμε στο μίξερ να γίνουν πουρές. Σκεπάζουμε τον πουρέ χουρμάδων για να διατηρηθεί ζεστός. Κοσκινίζουμε σε ψιλή σήτα το αλεύρι, το μπέικιν και τη σόδα. Στον κάδο του μίξερ τοποθετούμε το βούτυρο και τη ζάχαρη και σε μέτρια ταχύτητα τα χτυπάμε μέχρι να κρεμώσουν. Σιγά σιγά ρίχνουμε τα χτυπημένα αυγά. Τέλος προσθέτουμε το κοσκινισμένο αλεύρι με τα διογκωτικά, λίγο λίγο, να ενωθεί με το μείγμα. Προσθέτουμε και το ζεστό πουρέ χουρμάδων και ανακατεύουμε πολύ καλά. Σε τετράγωνη βουτυρωμένη φόρμα για κέικ στρώνουμε λαδόκολλα στη βάση. Αδειάζουμε το μείγμα και ψήνουμε σε καλά προθερμασμένο φούρνο στους 175°C για περίπου 1 ώρα, μέχρι να σταθεροποιηθεί το κέικ. Το αφήνουμε να κρυώσει καλά. Βάζουμε την κα-



ΚΟΜΜΑΤΙΑ
10
ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
30'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
1 ΩΡΑ

ταρόλα σε μέτρια φωτιά. Με κοφτερό μαχαίρι ξύνουμε γύρω και από τις τέσσερις πλευρές να φύγουν οι ξεροψημένες άκρες του. Το χωρίζουμε οριζόντια (όπως το παντεσπάνι) σε τρία μέρη. Το ξαναβάζουμε στη φόρμα το ένα κομμάτι πάνω στο άλλο (όπως τις τούρτες) και ενδιάμεσα στις στρώσεις ισομοιράζουμε τα 2/3 της καραμέλας γάλακτος. Όταν θέλουμε να σερβίρουμε, το ξαναβάζουμε στο φούρνο στους 175°C, 15'-20'. Το χωρίζουμε σε 10 κομμάτια, περιχύνοντας κάθε κομμάτι με την υπόλοιπη καραμέλα γάλακτος. **Για την καραμέλα γάλακτος:** Σε κατσαρόλα με χοντρή βάση ρίχνουμε τη μισή κρέμα και όλα τα υπόλοιπα υλικά. Ανακατεύοντας πολύ καλά με ξύλινη κουτάλα το αφήνουμε να βράσει μέχρι να πάρει σκούρο ξανθό χρώμα η καραμέλα. Αποσύρουμε από τη φωτιά, να κρυώσει ελαφρά. Τέλος, προσθέτουμε ανακατεύοντας την υπόλοιπη κρέμα.



Κέικ αμυγδάλλου με μήλα και σος καραμέλα γάλακτος

Ένα κέικ που μπορείτε να το σερβίρετε και σαν επιδόρπιο. Η καραμέλα γάλακτος (σος) κάνει όλη τη διαφορά και το ανάγει από απλό κέικ σε εξαιρετικό επιδόρπιο!

ΥΛΙΚΑ

- 250 γραμμ. βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου
- 250 γραμμ. ζάχαρη
- 5 μεγάλα αυγά
- 1 πρέζα αλάτι
- 75 γραμμ. αλεύρι μαλακό
- 200 γραμμ. αλεσμένη αμυγδαλόψιχα
- 2 κ.γλ. μπέικιν πάουντερ
- 1 κ.γλ. κανέλα
- 1/4 κ.γλ. μοσχοκάρυδο
- 2 μήλα καθαρισμένα, κομμένα σε φέτες

Για τη σος καραμέλα γάλακτος

- 50 γραμμ. βούτυρο
- 1 κ.σ. μέλι θυμαρίσιο
- 100 ml γάλα εβαπορέ
- 125 γραμμ. καστανή ζάχαρη



ΚΟΜΜΑΤΙΑ
10

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
20'

ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
1 ΩΡΑ & 15'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για τη σος: Τοποθετούμε όλα τα υλικά για τη σος σε κατσαρολάκι με χοντρή βάση. Ανακατεύουμε σε χαμηλή φωτιά μέχρι να διαλυθεί τελείως η ζάχαρη. Δυναμώνουμε τη φωτιά και βράζουμε το μείγμα για λίγα λεπτά έως ότου πάρει τη μορφή σιροπιού. Την αφήνουμε να κρυώσει, ανακατεύοντας πότε πότε. **Για το κέικ:** Κοσκινίζουμε το αλεύρι με το μπέικιν. Στον κάδο του μίξερ τοποθετούμε το βούτυρο και τη ζάχαρη και τα χτυπάμε για λίγα λεπτά με το φτερό του κέικ μέχρι να κρεμώσουν και να αφρατέψουν. Ένα ένα προσθέτουμε τα αυγά συνεχίζοντας το χτύπημα. Κάθε φορά που ρίχνουμε ένα αυγό στο μείγμα περιμένουμε να ομογενοποιηθεί (να το απορροφήσει καλά το μείγμα) και έπειτα προσθέτουμε το επόμενο. Ρίχνουμε το αλάτι, την κανέλα και το μοσχοκάρυδο. Τέλος,

προσθέτουμε τη σκόνη αμυγδαλόψιχας και το κοσκινισμένο αλεύρι με το μπέικιν. Βουτυρώνουμε και αλευρώνουμε πολύ καλά μία φόρμα δαχτυλίδι (χωρίς τρύπα στη μέση, με αποσπώμενη βάση 22 εκ.). Αδειάζουμε το κέικ και στρώνουμε επάνω του κυκλικά τις φέτες μήλου. Ψήνουμε το κέικ σε αντιστάσεις, στην τελευταία σχάρα, σε καλά προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για 1 ώρα και 15', μέχρι να ροδίσει και να σταθεροποιηθεί. Αν το κέικ αρχίσει να ροδίζει γρήγορα από πάνω, καλύπτουμε με αλουμινοχαρτό και συνεχίζουμε το ψήσιμο έως ότου όταν μπηγούμε τη μύτη του μαχαιριού να βγαίνει καθαρή ή στεγνή από ζύμη. Αφού ψηθεί το αφήνουμε στη φόρμα για 5' και έπειτα ξεφορμάρουμε και το αφήνουμε να κρυώσει. Περιχύνουμε το κέικ με τη σος καραμέλα γάλακτος.



Μυρωδάτο και πανεύκοχο κέικ κανέλας

Ξυπνάς το πρωί της Κυριακής και θέλεις κάτι ωραίο με τον καφέ σου. Αυτό το μυρωδάτο κέικ που γίνεται σε 5' και τρώγεται ζεστό, πραγματικά θα σας ενθουσιάσει!

ΥΛΙΚΑ

- 60 γραμμ. βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου
- 150 γραμμ. ζάχαρη
- 1 αυγό
- 150 γραμμ. κοσκινισμένο αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
- 80 ml γάλα φρέσκο
- 1 κ.σ. βούτυρο λιωμένο
- 1 κ.γλ. κανέλα
- 1 κ.σ. ζάχαρη



ΚΟΜΜΑΤΙΑ

6

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

5'

ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

30'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε ένα μπολ ανάδευσης τοποθετούμε το βούτυρο, τη ζάχαρη, τη βανίλια και το αυγό. Χτυπάμε για λίγα λεπτά με μίξερ χειρός έως ότου κρεμώσει και αφρατέψει το μείγμα. Με ξύλινη κουτάλα ανακατεύουμε το μείγμα, ρίχνοντας εναλλάξ το αλεύρι με το γάλα. Σε καλά βουτυρωμέ-

νη και αλευρωμένη φόρμα 20 εκ. αδειάζουμε το μείγμα και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 175°C για 30'. Αφήνουμε να σταθεί 5' στη φόρμα. Το ξεφορμάρουμε και το αλείφουμε με το λιωμένο βούτυρο. Πασπαλίζουμε με κανέλα και ζάχαρη. Το σερβίρουμε ζεστό.



Απίθανο κέικ βανίλιας με νουγκά σοκολάτας

Είναι γνωστή σε όλους νομίζω η αδυναμία μου για σοκολάτα. Αυτή η συγκεκριμένη τριγωνική με ξετρελαίνει! Γι' αυτό πειραματίστηκα και την έμπηξα στο κέικ βανίλιας. Συγκλονιστικό· μόνο αυτό σας λέω!

ΥΛΙΚΑ

- 125 γραμμ. βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου
- 200 γραμμ. ζάχαρη
- 3 αυγά
- 1 μπαστούνιακι βανίλια
- 150 γραμμ. γιαούρτι με χαμηλά λιπαρά
- 250 γραμμ. κοσκινισμένο αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
- 200 γραμμ. τριγωνική σοκολάτα με νουγκά ψιλοκομμένη

Για τη νουγκά

- 200 γραμμ. τριγωνική σοκολάτα με νουγκά, ψιλοκομμένη
- 70 ml κρέμα γάλακτος



ΜΕΡΙΔΕΣ
10
ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
10'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
1 ΩΡΑ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Χτυπάμε το βούτυρο με τη ζάχαρη, να αφρατέψουν καλά. Προσθέτουμε ένα ένα τα αυγά στο μείγμα. Σχίζουμε κάθετα τη βανίλια και με τη λάμα του μαχαριού αφαιρούμε τον καρπό της. Τον ρίχνουμε στο μείγμα. Προσθέτουμε το γιαούρτι και το κοσκινισμένο αλεύρι. Βουτυρώνουμε και αλευρώνουμε πολύ καλά μία φόρμα του κέικ και αδειάζουμε μέσα το μείγμα. Κό-

βουμε τα τρίγωνα σοκολάτας στη μέση και τα μπήγουμε στο κέικ. Ψήνουμε σε καλά προθερμασμένο φούρνο στους 175°C, στις αντιστάσεις, για 55' με 1 ώρα, μέχρι να βγαίνει καθαρό το μαχαίρι.

Για τη νουγκά: Λιώνουμε τη σοκολάτα με την κρέμα σε πολύ χαμηλή φωτιά. Περιχύνουμε το κέικ αφού κρυώσει.



Μανία για σοκολάτα της Θοδώρας

Όταν μετακόμισα στην Αθήνα, γνώρισα τη Θοδώρα, η οποία έφτιαχνε αυτό το τέλειο σοκολατένιο γλυκό που μοιάζει με κέικ και μας το πρόσφερε όταν πηγαίναμε επίσκεψη. Είναι πλούσιο στη γεύση και μπορείτε άνετα να το προσφέρετε και σαν επιδόρπιο.

ΥΛΙΚΑ

- 250 γραμμ. κουβερτούρα σε κομματάκια
- 200 γραμμ. βούτυρο
- 3/4 φλ. τσαγιού κοσκινισμένο κακάο άγλυκο
- 2 κ.σ. κονιάκ
- 1 φλ. τσαγιού ζάχαρη
- 7 αυγά χωρισμένα
- ξύσμα από 1 πορτοκάλι



ΚΟΜΜΑΤΙΑ
12

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
30'

ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
45'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε πολύ χαμηλή φωτιά, σε μια κατσαρόλα, λιώνουμε τη σοκολάτα με το βούτυρο. Μόλις λιώσουν, ρίχνουμε το κακάο και ανακατεύουμε καλά. Αποσύρουμε από τη φωτιά. Προσθέτουμε το κονιάκ, το αφήνουμε στην άκρη να κρυώσει. Χτυπάμε στο μίξερ τους κρόκους με τη μισή ζάχαρη μέχρι να ασπρίσουν και να κρεμώσουν. Προσθέτουμε το ξύσμα. Ρίχνουμε στους κρόκους το μείγμα σοκολάτας και συνεχίζουμε το χτύπημα. Χτυπάμε τα ασπράδια σε μαρέγκα με την υπόλοιπη ζάχα-

ρη. Ρίχνουμε λίγη λίγη τη μαρέγκα στο υπόλοιπο μείγμα και τη διπλώνουμε απαλά με σπάτουλα. Σε μια μεγάλη βουτυρωμένη φόρμα δαχτυλίδι στρώνουμε λαδόκολλα στη βάση. Κρατάμε 2 φλ. τσαγιού από το μείγμα και αδειάζουμε το υπόλοιπο στη φόρμα. Ψήνουμε στους 180°C για 35'. Αφήνουμε να κρυώσει. Προσθέτουμε το υπόλοιπο μείγμα και ξαναψήνουμε στους 200°C για 10'. Αφήνουμε να κρυώσει καλά. Ποπαλίζουμε με άχνη ζάχαρη και σερβίρουμε με παγωτό.



Σιροπιαστό κέικ μανταρίνι με παπαρουνόσπορο

Αφράτο, μυρωδάτο και ζουμερό κέικ, με το άρωμα των μανταρινιών να πλημμυρίζει το σπίτι. Κέικ για καφέ και γυναιοπαρέα το απόγευμα. Μια καλή ευκαιρία για να μαζευτείτε να τα πείτε.

ΥΛΙΚΑ

- 50 γραμμ. παπαρουνόσπορος (στα καταστήματα μπαχαρικών)
- 100 ml γάλα χλιαρό
- 200 γραμμ. βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου
- 200 γραμμ. ζάχαρη
- 3 αυγά
- 350 γραμμ. αλεύρι που φουσκώνει μόνο του (κοσκινισμένο)
- ξύσμα από 2 μεγάλα μανταρίνια
- 100 ml χυμό φρέσκο μανταρίνι

Για το σιρόπι

- 220 γραμμ. ζάχαρη
- 160 ml χυμό μανταρίνι
- 80 ml νερό
- φλούδα μανταρίνι



ΚΟΜΜΑΤΙΑ
12
ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
15'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
1 ΩΡΑ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Μέσα στο χλιαρό γάλα ρίχνουμε τον παπαρουνόσπορο και σκεπάζουμε. Αφήνουμε να σταθεί για 15' και να βγάλει το άρωμά του. Στον κάδο του μίξερ χτυπάμε το βούτυρο με τη ζάχαρη για λίγα λεπτά μέχρι να αφρατέψει και να κρεμώσει. Προσθέτουμε ένα ένα τα αυγά για να τα απορροφά το μείγμα. Ρίχνουμε το ξύσμα. Χαμηλώνουμε το μίξερ και προσθέτουμε εναλλάξ το αλεύρι με το γάλα και το χυμό. Βουτυρώνουμε και αλευρώνουμε μια μεγάλη φόρμα

για κέικ. Αδειάζουμε το μείγμα και ψήνουμε στους 175°C στις αντιστάσεις περίπου 1 ώρα, μέχρι να βγαίνει καθαρή η μύτη του μαχαιριού. Αφήνουμε το κέικ πάνω σε σχάρα να κρυώσει. Στο μεταξύ, βράζουμε το σιρόπι, όλα τα υλικά του μαζί, για 5', και το αφήνουμε να γίνει χλιαρό. Ξαναβάζουμε το κέικ στη φόρμα και το τρυπάμε με ξύλο από σουβλάκι. Περιχύνουμε λίγο λίγο με το χλιαρό σιρόπι. Αφήνουμε να κρυώσει τελείως και ξεφορμάρουμε.



Κέικ λεμονιού γεμιστό με κρέμα λεμονιού

Μ' αρέσει το λεμόνι στα γλυκά και το ξέρετε γιατί σας έχω δώσει αρκετές συνταγές με λεμόνι. Αυτή είναι μια ακόμα εξαιρετική συνταγή για αφράτο, μυρωδάτο κέικ λεμονιού με βελούδινη κρέμα λεμόνι. Πρωί και απόγευμα το απολαμβάνω!

ΥΛΙΚΑ

- 125 γραμμ. βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου
- 200 γραμμ. ζάχαρη
- 3 μικρά αυγά
- ξύσμα 2 λεμονιών
- 125 ml φρέσκο γάλα
- 2 κ.γλ. μπέικιν πάουντερ
- 250 γραμμ. αλεύρι μαλακό
- 1 πρέζα αλάτι

Για την κρέμα λεμονιού

- 200 ml νερό
- 70 γραμμ. ζάχαρη
- χυμός και ξύσμα από 1 μέτριο λεμόνι
- 2 κ.σ. κοφτές κορν φλάουρ
- 1 κ.σ. βούτυρο
- 1/4 κ.γλ. κιτρινόριζα (κουρκουμάς)



ΚΟΜΜΑΤΙΑ
8-10

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
15'

ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
1 ΩΡΑ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Κοσκινίζουμε το αλεύρι και το μπέικιν σε ψιλή σήτα. Στον κάδο του μίξερ τοποθετούμε το βούτυρο και τη ζάχαρη και με το φτερό που αναμειγνύουμε το κέικ χτυπάμε το μείγμα για 3'-4' μέχρι να λιώσει η ζάχαρη και να κρεμώσει το μείγμα. Προσθέτουμε ένα ένα τα αυγά, ώστε το μείγμα να απορροφάει το πρώτο αυγό πριν ρίξουμε το επόμενο. Προσθέτουμε το ξύσμα λεμονιού και το αλάτι. Εναλλάξ, προσθέτουμε το αλεύρι και το γάλα και χτυπάμε μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα. Βουτυρώνουμε και πασπαλίζουμε με αλεύρι μία στρογγυλή μακρόστενη φόρμα για κέικ. Τινάζουμε τη φόρμα για να φύγει το περιττό αλεύρι. Αδειάζουμε μέσα το μείγμα. Ψήνουμε το κέικ σε καλά προθερμασμένο φούρνο, στις αντιστάσεις, στους 170°C για περίπου 1 ώρα, μέχρι να ροδίσει, να φουσκώσει και να ξεκολλάει από τα τοιχώματα. Αφού ψηθεί, το

αφήνουμε να σταθεί 10' στη φόρμα. Το ξεφορμάρουμε και το αφήνουμε σε σχάρα, να κρυώσει καλά. Στο μεταξύ, ετοιμάζουμε την κρέμα λεμονιού. Σε μια μικρή κατσαρόλα τοποθετούμε το νερό, τη ζάχαρη, το κορν φλάουρ, το ξύσμα και το χυμό λεμονιού και την κιτρινόριζα. Με σύρμα ανακατεύουμε πολύ καλά για να διαλυθεί το κορν φλάουρ, ανακατεύοντας κατά διαστήματα. Την αφήνουμε να δέσει για λίγα λεπτά, πάντα ανακατεύοντας. Μόλις η κρέμα δέσει, την αποσύρουμε από τη φωτιά. Προσθέτουμε το βούτυρο και ανακατεύουμε για να μην κάνει πέτσα. Χωρίζουμε το κέικ οριζόντια με κοφτερό μαχαίρι. Αλείφουμε με την κρέμα λεμονιού και καλύπτουμε με το άλλο κομμάτι κέικ, σαν σάντουιτς. Μόλις κρυώσει καλά κόβουμε σε φέτες.

Ατομικά κεκάκια μήλου

Ψήστε τα και τυλίξτε τα με διάφανη μεμβράνη για να τα παίρνεται μαζί σας στο γραφείο και για κολατσιό των παιδιών στο σχολείο.



ΥΛΙΚΑ

- 125 γραμμ. βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου
- 160 γραμμ. ζάχαρη
- 2 μεγάλα αυγά
- 150 γραμμ. κοσκινισμένο αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
- 80 ml χυμό μήλου ■ 1 μήλο Ζαγοράς
- 1 βανίλια ■ 2 κ.σ. καστανή ζάχαρη
- 1/4 κ.γλ. κανέλα

ΚΟΜΜΑΤΙΑ
8

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
10'

ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
25'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Χτυπάμε στο μίξερ τη ζάχαρη με το βούτυρο για 3'-4', μέχρι να κρεμώσουν. Προσθέτουμε ένα ένα τα αυγά, συνεχίζοντας το χτύπημα, για να απορροφάει το μείγμα το αυγό που προστίθεται κάθε φορά. Προσθέτουμε εναλλάξ το αλεύρι με το χυμό μήλου. Βουτυρώνουμε και αλευρώνουμε μία φόρμα για 8 ατομικά κεκάκια ή χρησιμοποιούμε 8 φορμίτσες μιας χρήσης. Ισομοιράζουμε το μείγμα. Πλένουμε και κόβουμε στα 4 το μήλο

(με τη φλούδα). Αφαιρούμε την καρδιά και τους σπόρους και κόβουμε σε λεπτές φέτες (με τη φλούδα). Καλύπτουμε τα κεκάκια με τις φέτες μήλου. Σε μπολάκι ανακατεύουμε τη ζάχαρη με την κανέλα. Με το μισό μείγμα πασπαλίζουμε τα κεκάκια. Ψήνουμε στους 170°C στις αντιστάσεις για 25'. Αφού τα βγάλουμε από το φούρνο, τα ξεφορμάρουμε να κρυώσουν. Πασπαλίζουμε με την υπόλοιπη κανελοζάχαρη.

Κεκάκια με ξινόγαλα και φρούτα του δάσους

Μια πανεύκολη συνταγή για αχνιστά και λαχταριστά κεκάκια που χρειάζονται μόνο 5 λεπτά από το χρόνο σας. Ιδανικά για κολατσιό των παιδιών στο σχολείο.

ΥΛΙΚΑ

- 375 γραμμ. αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
- 160 γραμμ. ζάχαρη
- 1 μεγάλο αυγό ελαφρά χτυπημένο
- 1 βανίλια
- 160 ml σπορέλαιο
- 180 ml ξινόγαλα
- 200 γραμμ. ανάμεικτα (κατεψυγμένα) φρούτα του δάσους



ΚΟΜΜΑΤΙΑ
12

ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ
5'

ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ
20'

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε ένα μπολ ανάδευσης κοσκινίζουμε το αλεύρι και προσθέτουμε τη ζάχαρη. Ρίχνουμε το αυγό, τη βανίλια, το σπορέλαιο, το ξινόγαλα και ανακατεύουμε το μείγμα με σύρμα ή με κουτάλι, γρήγορα, να ομογενοποιηθούν τα υλικά. Τέλος, προσθέτουμε τα φρούτα. Ανακατεύουμε καλά. Βου-

τυρώνουμε και αλευρώνουμε ένα ταψάκι με 12 θήκες για ατομικά κεκάκια ή χρησιμοποιούμε φορμάκια μιας χρήσης. Ισομοιράζουμε το μείγμα και ψήνουμε 170°C, στις αντιστάσεις, στην τελευταία σχάρα, για 25'. Τα αφήνουμε να σταθούν 5' στη φόρμα και τα ξεφορμάρουμε να κρυώσουν.



ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΑΠΟ ΤΟ

